

オススメギフト infomation **親子で楽しむ シール絵本**

シールを貼って 顔をつくらう



かおノート 作 tupera tupera ¥1,000



あーんあーんあーん 作 たちもとみちこ ¥1,000

動物に好きな食べ物をあげよう

Shop Data 生活雑貨アンジュール
 女池上山店 新潟市中央区女池上山5丁目15-15/025-280-0666/10:00-22:00
 アビタ亀田店 新潟市江南区鶴ノ子4-466 アビタ新潟亀田店2F/025-385-8001/10:00-21:00
 松崎店 新潟市東区新松崎3-2-7/025-250-8808/10:00-22:00
 アビタ西店 新潟市西区小新5-7-21 アビタ西店1F/025-201-1255/9:00-21:00
 ※税別金額表示

ただいま掲載中のコンテンツをご紹介！ **SPECIAL CONTENTS**

全ての特集はここからチェック

第3水曜日更新 **Sweets Mania**

旬のフルーツを使ったおすすめケーキやカフェの人気パンケーキは勿論、熟練の職人の作る和菓子など、季節のおすすめスイーツを毎月ご紹介。友人宅へ遊びに行く時の土産や家族の誕生日ケーキ、ちょっとだけ贅沢したい時…自分へのご褒美スイーツはいかがですか？

ココからチェック→

毎週月・水・金曜日更新 **ぶらなじさんぽ**

新潟のゆるキャラ“ササダンゴン”となじらば！イメージキャラクター“あらぼー”が夢のコラボ。新潟のイベントや観光スポットを、お散歩しながら紹介していくおさんぽブログ。

ココからチェック→

平日毎日更新 **今日ウマ!**

毎月変わるテーマに沿って“今日の旨い”を日替わりでご紹介。平日毎日更新される記事から「友達とのランチ」や「恋人とのディナー」などの参考にGOOD！今日は何食べよう？って悩んだら、まずはチェック！必ず食べたいメニューが見つかるはず！

ココからチェック→

第4木曜日更新 **ぼくらが世界に誇る! MADE IN 新潟 プロダクツ**

世界に誇るMADE IN 新潟のこだわりアイテムをご紹介。地元新潟で長年培ってきた技術によって造られる製品や、新潟の土地でしか生産できない品などを「ぼく」が体験・体感したレポートを発信。大切な人への贈り物や、県外の方へのお土産探しの参考にいかがですか？

ココからチェック→

第2金曜日更新 **ラーメンマニア**

替玉10円！最強コスパが長岡に登場

らーめん 680円

ややこつり | とんこつ | 極細麺

県内各地に展開する人気ラーメン店「しゃがら」から、豚骨ラーメン専門店が登場。本場博多の豚骨ラーメンよりもクセがなく、食べやすさが特長。好みに合わせて「味の濃さ」「麺の固さ」「ねぎ」「辛みだれ」「黒マー油」を自由にカスタムオーダーできる。「辛みだれ」「黒マー油」を加えることで、豚骨のうま味をグッと引き上げ、ガツリ系に。「ねぎ」は、九州産九条ねぎを使用し乗せ放題というから驚きだ。いや、驚きは替玉の金額。1玉(90g)がなんと10円。このコスパこそ驚きだ。店名の「KAEDAMA」はだてじゃない。最高記録の12玉、挑戦求む。

豚骨ラーメン KAEDAMA
 長岡市川崎町宇野1278-2
 TEL.0258-86-6346
 【営業時間】 11:00~24:00 (L.O.23:30)
 【定休日】 無休

自家製極細ストレート麺
 クリーミーな国産豚骨スープ
 チャーシュー、キクラゲ、九条ねぎ、ウズラの卵

その他自慢のメニュー
 にく魂らーめん…880円
 めんたい壺飯…290円

新潟5大ラーメン「新潟あつさり」「燕三条背脂」「長岡生姜醤油」「新潟濃厚味噌」「三条カレー」から話題の次世代ラーメンまで、新潟県内のラーメン店をご紹介。編集部が厳選した毎月更新される魂のこもったラーメンから、お気に入りの一杯との出会いをお届けします。

ココからチェック↑

お待たせいたしました☆ 待望の“なじらば! チェックインアプリ”がついに誕生いたしました。県内のお店探しが簡単・スピーディーに♪ あなたの周りにはまだ知らないお店がいっぱい! さらにゲーム感覚で楽しめる機能あり!

なじらば! チェックインアプリ DEBUT!

クチコミ投稿がラクラク!
 チェックインで称号ゲット!
 お出かけ先のお店でチェックイン!

県内のお店・スポット探しが 楽しくなるアプリ!

- お出かけ先で穴場のお店を発見できるかも!
- 行きたいお店もカンタン検索!
- 「チェックイン」で称号を集めよう!
- あなたのクチコミで素敵なお店を盛り上げよう!

ココからダウンロード

※【対応バージョン】iOS 8.0以降のiPhoneに対応しています。
 ※一部の機能を使用するには、なじらば!メンバー登録が必要です。(無料)
 ※Android版は現在製作中です。

掲載店 3,770件以上! 新潟 なじらば! クチコミ 21,600件以上!

クチコミ会員登録募集

クチコミすると良いこと5つ。

- クチコミ投稿でポイントが貯まる!
- ポイント交換で豪華賞品をゲットできる!
- 随時追加されるプレゼントに応募できる!
- メルマガ登録でお得情報が届く!
- マイページでお店やイベントを登録できる!

映画鑑賞券、日帰り温泉入浴券など

1. なじらば! にアクセス
 2. 会員登録(無料)
 3. クチコミを投稿

ココから会員登録

2017 **紙なじらば!** 5・6 May・June Vol.16

新潟がもっと好きになる! 新潟なじらば! 発のWEB運動フリーペーパー。

take FREE ¥0 issued by najilabo

NIIGATA ACTIVITY

すてきなとっておきに出会えるクチコミサイト!

www.najilabo.net なじらば 検索

レンタル
カート

モータースポーツの原点。カーブを制して1位を獲れ



コースは年に1~2回新しくなる。2輪車、乗用車の持ち込みも可能

基準タイムをクリアするとレンタルカートがパワーアップ。本番のレースで使用されるカートに昇格だ



shop info

スピードパーク新潟

[住]胎内市松波1013-36 [電]0254-45-2900
[営]9:00~17:00 [休]木曜
・レンタルカート エンジョイ(10分) 2,200円 ※13歳未満は半額
・KIDSカート 1レッスン(約30分) 3,000円
・上着、ヘルメット、グローブ…レンタル無料

誰もが知っている「マリオカート」。そう、あの世界が国内最大級のカートコースで楽しめる。免許がなくても、小学生でも、誰でもレンタルカートに乗れる。体感速度は最大100km/hともいわれるほどのスピード感。一度体感したら、やみつきになること間違いなし。4歳~小学校低学年向けにキッズカートも用意されているのでファミリーでも楽しめる。バンパーが前後左右を保護しているので、ぶつかったりコースアウトしても安心。さあ、グランプリを開催しよう。(レンタルカート利用の際は、長袖、長ズボン、運動靴の着用が必須)

“サバゲ”ってどんな遊び? ミリタリー装備で戦場へ



有名ゲストを招待したイベントや大会、定例会などを月に数回開催



10~40代と幅広い年代が参加。女性参加者もいるので気軽に楽しめる

shop info

ICF サバイバルゲーム

[住]妙高市二俣2105 [電]080-5569-2212
[営]8:00~17:00 [休]不定休、12~4月は冬期閉鎖
・参加費 3,000円(日帰り入浴券付)
・貸切(8名) 24,000円~
・シューティングエリア(1日利用) 1,000円



サバイバル
ゲーム

チームで協力して、ミッションをクリアするサバイバルゲーム。雪合戦のようにエアガンを駆使し、非日常を体験できる。ICFでは、リアルな廃墟室内を駆使してのサバイバルゲームが特長。4階建てのホテルをそのまま使用し、広いフィールドでの銃撃戦は、まるでゲームの世界。相手チームの殲滅、フラッグの争奪、人質の救出など様々なミッションが用意され、1人からの参加も可能。もちろんエアガンやゴーグルなど、必要品はレンタルできる。

アグレッシブな空中ヨガ。本場NYから新潟にやってきた



エアリアル
ヨガ



レッスン受講者は、隣のカジュアルフレンチレストラン「G terrace」のランチが1,000円で利用可能

ニューヨーク発祥の空中ヨガ、新潟に初上陸。専用の布(ファブリック)を利用して身体を伸ばして可動域を広げたり、体幹を鍛えたり、逆さになったりと、ちょっとアグレッシブな空中ヨガ「エアリアルヨガ」。脇の下、膝裏など身体の節に布を固定し、重力を使って身体を伸ばし、刺激する。無駄な力を抜いて楽に身体を伸ばせるので、身体が固い人でも心配無用。肩こり、むくみなどの解消目的から女性に大人気。鳥屋野潟が一望できる最高のロケーションで、明日からあなたも美ボディだ。

shop info

G studio

[住]新潟市中央区神道寺南2-7-33 宮永ビル2F
[電]080-5435-7889
[営]10:00~22:00
[休]不定休
・初回体験レッスン(60分) 2,500円
・4回券(購入日より3カ月) 10,000円

Let's find
hobby!

fun &
exercise

※料金、レンタル内容等は一部となります。詳しくは各施設にお問い合わせ下さい。 ※税込金額表示

ACTIVITY

いくつになっても楽しみたい! 厳選アクティビティを一挙紹介!



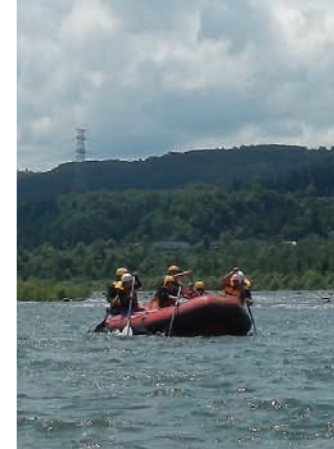
Web版は
こちらから

信濃川
ラフティング

信濃川の大自然を満喫。ちびっこでも楽しめる川遊び



専用の大型ゴムボートに乗り込み、仲間と力を合わせて日本一長い「信濃川」の大自然を漕ぎ下るラフティングツアー。スタートからゴールまで約8kmの間には、白く渦巻く急流(ホワイトウォーター)や、巧みなコントロールを要する岩場などスリリングなポイントも。難所もチームワークで乗り越えれば、雄大な自然がやってくる。青く茂った木々、鳥のさえずりなど、自然の魅力満載の信濃川をベテランガイドが案内してくれる。小学1年生からお年寄りまで、幅広い年代が信濃川本流での“冒険”を楽しんでいる。さあ、信濃川ラフティングに挑戦だ。



全身に降りかかる水しぶき。仲間と力合わせて、スリルと興奮が簡単に味わえる。



温泉施設・ミオンなかさとがツアーベース。ツアー後は温泉で温まろう。(温泉施設利用料は、ツアー代金に含まれます)



shop info

日本アウトドアサービス

[住]十日町市宮中己4197(集合場所/ミオンなかさと)
[電]070-2836-8559 問い合わせ8:00~20:00
[営]開始時間10:00~13:30~
[休]木曜(8月は除く)
・大人 8,000円
・小人(小学生) 6,000円

腕力だけじゃ登れない。頭を使ってこそゴールに到達



床には厚さ30cmのマットが敷き詰められ、安全に楽しむことができる。クライミングシューズ、チョークバックはいつでもレンタルOK



男性だけでなく、女性も手軽に楽しめる。仲間と一緒に楽しく登り、競って登るのもボルダリングの魅力のひとつ

ボルダリング



ロッククライミングの室内版として楽しまれているボルダリング。指定されたホールドをたどりゴールを目指す。一見、力だけで登れそうなイメージだが、スタート前にルートを考えないと簡単には登れない頭脳系戦略スポーツだ。用意されている傾斜は約10パターンほどあり、ルートは1か月に1回、部分的に変更される。初級~上級者コースに分かれ、素人には登る想像すらできない難解なコースも。まず初心者体験会、親子クライミング体験会など初心者でも楽しめるプログラムからスタートしてみよう。動きやすい格好であれば、専用シューズとチョークを借りてすぐにもスタートできる。慣れてマイシューズが欲しくなったら隣接されたショップ「好日山荘」へ。きっと気に入るアイテムがたくさんそろった専門店だ。

shop info

グラビティリサーチ新潟

[住]新潟市江南区五月町2-7-22
[電]025-378-5123
[営]平日/13:00~22:00 土日祝/11:00~20:00
[休]水曜(祝日の場合は営業) ※7/1~8/15無休
入会登録料 1,500円
・一般(一日券) 1,600円
・中・高校生(一日券) 600円
・シューズレンタル 300円
・チョーク 100円

